



Sunday Yoga

Jeden 1. Sonntag
des Monats

Slow Flow

9.00 bis 10.30

Sanft und ruhig weckst Du Körper und Geist mit Meditation, Atemübungen und langsamen Bewegungsabläufen.

Dynamic Flow

11.00 bis 12.30

Aktivierende Flows, Balancen, Spannungs- und Entspannungsübungen vitalisieren und kräftigen Deinen Körper und Geist.

Preise

Spontan mitmachen ohne Abo 35 CHF pro Lektion.
3-Lektionen-Abo 90 CHF (gültig ein Kalenderhalbjahr)

Kontakt

Vero Keil | vero5keil@gmail.com | 078 856 6001 |
www.malayoga.ch | Thalwil